

## A fenyegetett identitás önértékelésre vonatkozó hatásai a társas összehasonlítás stratégiájának függvényében

MAKOVICS GÁBOR

### Elméleti bevezetés

#### *Énfogalom és identitás*

Identitásunk számos dimenzió mentén értelmezhető, többféleképpen meghatározható fogalom. Olyan azonosulásról beszélünk, amely önmeghatározásunk társadalmi kölcsönhatásokban értelmezett egyéni sikerességét, egyéni létét takarja. Ez egyfajta társadalmi azonosságtudat, amely magába foglalja az egyén és a társadalom közötti kapcsolat pszichikus tényeit.<sup>1</sup>

Az én fogalma ezzel összefüggésben egy nem veleszületett, vagyis az ontogenezis során a társas közegben kialakuló tényezőként értelmezhető. Ez a rendszer az ember szubjektív gondolkodásának magva, egy olyan konstrukció, melyet közvetlenül nem ragadhatunk meg. Énfogalmunk két, egymástól nem teljesen elválasztható központ mentén alakul. Az egyik ilyen konstrukció a személyes, perszonális, vagy szelf identitás, amely pszichikus értelmezése az egyéni lét tényének és folyamatosságának, keretét pedig szubjektív élettörténetünk adja. A másik konstrukciót a szociális identitás, a társas én adja, amely az egyén objektív módon tapasztalható társadalmi minőségét takarja (pl. nem, etnikai hovatartozás).<sup>2</sup>

Az identitás személyes, intrapszichikus megközelítésében kulcsfontosságú szerepet kap az én, annak szervezettsége és folytonossága, illetve a külső és belső folyamatok rendszere, mely a pszichikus és szociális világ összekapcsolódására utal. A létezését 3 oldalról közelíthetjük meg – így beszélhetünk a fizikai minőséget jelentő biológiai szervezetről, a pszichológiai minőséget magában foglaló énről, illetve a társadalmi egységről, amely létezésünk társas minőségét adja. Az énfogalom – vagyis saját tulajdonságainkról szóló hiedelmek és vélekedéseink rendszere - egyfajta tanulás eredményeként is értelmezhető, hiszen ennek alakulásában saját gondolataink és viselkedésünk mellett mások reakciói is szerepet játszanak. Ezek alapján belátható, hogy az identitás két központi tényezője, a személyes és a szociális én egymás nélkül nehezen értelmezhető.<sup>3</sup>

#### *Önértékelés és társas környezet*

Míg az énfogalom az önmagunkról alkotott gondolatainkat, benyomásainkat takarja, addig önértékelésünk egyfajta pozitív vagy negatív véleményt jelent, melyet saját énünkkel kapcsolatban érzünk és alakítunk. Értelmezhető

---

<sup>1</sup> PATAKI 2002, 512–523.

<sup>2</sup> SERDÜLT 2015, 61–74; PATAKI 2002, 512–523.

<sup>3</sup> ERIKSON 2002; SERDÜLT 2015, 61–74; SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

személyiségjellemzőként is, amely a saját énnel kapcsolatos, hosszan tartó, nehezen változó érzésekre utal. Állapot önértékelésről ezzel szemben akkor beszélünk, ha a személy énnel kapcsolatos érzései kerülnek szóba, melyek viszonylag változékonny természetűek, és nagyban függenek az adott (társas) helyzettől.<sup>4</sup>

Az önértékelés több tényező mentén alakulhat, pozitív vagy negatív irányba. Ilyen például az, hogy miként teljesítünk egy adott helyzetben, és hogy mások hogyan viszonyulnak hozzánk – elfogadnak-e bennünket, vagy sem. Önértékelésünk általában akkor magas, vagyis olyankor véleményezzük érzéseink alapján önmagunkat pozitívan, ha jó teljesítményt nyújtunk, és mások elfogadnak bennünket.<sup>5</sup>

Saját énkünk értékelésekor egyik fő motivációnk, hogy pozitív módon gondolkodhassunk saját magunkkal kapcsolatban. Bár ezek alapján célunk az, hogy viszonylag pontos képpel rendelkezünk önmagunkról, az énfelnagyítási torzítás mentén, önértékelésünk védelme érdekében gyakran eltúlozzuk pozitív tulajdonságainkat. Ilyenkor kompromisszum keletkezik a pontos önértékelés és a torzítás között, ami aktuális önértékelésként jelenik meg.<sup>6</sup>

#### *A társas összehasonlítás szerepe az önértékelésben*

Saját tulajdonságainkat akár mások képességei és teljesítménye mentén is értékelhetjük. A társas összehasonlítás elmélete szerint akkor nyerünk önmagunkkal kapcsolatban pontos információkat, ha hozzánk hasonló személyekkel vetjük össze magunkat. A helyzettől függő stratégiáról van szó, hiszen alakulásában szerepet játszik a kontextus, az elvégzendő cselekvés és az is, hogy éppen kikkel vagyunk együtt.<sup>7</sup>

Az én-értékelés fenntartásának modelljében a társas összehasonlítás megjelenése során két fő szempont mentén dőlhet el, hogy végül fenyegetettséget, vagy boldogságot érzünk-e az összevetés által. Az egyik ilyen tényező az, hogy az összehasonlító személy számára mennyire fontos az a terület, melyen az összehasonlítás történik, a másik pedig annak a személynek az érzelmi közelsége, akivel éppen összevetjük magunkat. A modell alapján akkor történik társas összehasonlítás, ha egy az énfogalmunk számára fontos területről van szó. Ilyenkor önértékelésünk a másik személy teljesítménye mentén alakul: minél jobban teljesít a másik illető, annál nagyobb fenyegetettséget élhetünk meg, ami alapján önértékelésünk is csökken. Olyan összehasonlítás esetén, amely során önértékelésünk is sérülhet, megpróbáljuk a nálunk sikeresebb személytől eltávolítani önmagunkat – vagy kisebbnek tüntetjük fel a vele való hasonlóságot, vagy pedig gyengítjük a vele való kapcsolatunkat. Emellett viszont olyan módon is óvhatjuk saját önértékelésünket, ha bizonyos szempontok mentén egy nálunk

---

<sup>4</sup> JONES 1990; HEATHERTON – POLIVY 1991, 895–910.

<sup>5</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>6</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>7</sup> FESTINGER 1954, 117–140; MARKUS – WURF 1987, 299–337.

rosszabb helyzetben lévő, vagy gyengébben teljesítő személlyel vetjük össze magunkat.<sup>8</sup>

A társas összehasonlítás bizonyos személyekre jellemzőbb, mint másokra. Az ilyen személyek mellett, hogy nagyfokú empátiával és magas szelfaktivációval bírnak, általában bizonytalanabbak is önmagukban, alacsonyabb az önértékelésük, és hajlamosabbak konform módon viselkedni. Emellett viselkedésük is meglehetősen függ a társas helyzettől, hiszen szelfkonceptiójuk dinamikus – így a társas összehasonlítás nagyobb hatással van rájuk érzelmileg.<sup>9</sup>

### *A társas identitás*

Az egyén már születésétől fogva egy olyan csoportosulásokból álló rendszer elemeként értelmezhető, amely mentén önmagát is meghatározza – csoporttagságai befolyásolják gondolkodását, érzelmeit és viselkedését is, a társadalmi kategóriák tekintetében pedig elfogadhatja, de akár el is utasíthatja saját identitását. Ezt az érzelmi minősítést a külvilág visszajelzései, mások reakciói is alakítják.<sup>10</sup>

A társasidentitás-elmélet szerint egyik alapvető motivációnk az, hogy a csoporttagságaink pozitív értékelése mentén erősítsük és védjük az önértékelésünket. Így a saját csoportunkra irányuló elfogultságunk mentén önmagunkkal is elégedettebbek lehetünk, amely pozitív társas identitást eredményez. Negatív társas identitás esetén, vagyis amikor a csoporttagsághoz negatív érzelmek és értékelés kapcsolódik, az ömeghatározás is negatív tartalommal vegyülhet. Ilyenkor a személy, önértékelése megóvása érdekében akár a csoport elhagyása mellett is dönthet, hiszen a csoporttagság szubjektív – mi döntjük el, hogy egy csoport tagjának valljuk-e magunkat, vagy sem.<sup>11</sup>

### *Csoportközi különbségek és stratégiák*

Egy külső csoport általában homogénnek tűnhet, sokszor pedig akár ellenszenvet is kiválthat belőlünk, annak megfelelően, hogy tagjait mennyire érezzük fenyegetőnek saját csoportunk és identitásunk szempontjából. Például enyhe ellenszenvet generálhat, ha egy csoport egyszerűen csak különbözik tőlünk, azonban komolyabb, nyílt diszkriminációt indukál és a fenyegetettség érzését kelti, ha ugyanezen csoport felülmúlja saját teljesítményünket. A súlyos fenyegetést hordozó külső csoport jelenléte szélsőséges diszkriminációvá is fajulhat, agresszióban és morális kirekesztésben nyilvánulhat meg.<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> WILLS 1981, 245–271; TESSER 1988, 181–227; GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142; BUUNK – OLDERSMA – DE DREU 2001, 452–467.

<sup>9</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142.

<sup>10</sup> TAJFEL 1981.

<sup>11</sup> TAJFEL – BILLIG – BUNDY – FLAMENT 1971, 149–178; RUBIN – HEWSTONE 1998, 40–62; VOCI 2006, 265–284; SERDÜLT 2015, 61–74.

<sup>12</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

A minimálcsoport-paradigma szerint akár egy olyan esetben is másként tekintünk saját csoportunk, illetve egy külső csoport tagjaira, ha a két csoport közti különbséget egy jelentéstartalommal nem rendelkező tulajdonság adja. Eszerint a csoportközi diszkrimináció kialakulásához elég, ha a személyeket véletlenszerűen soroljuk két különböző csoportba. Ilyenkor a csoportok között nincsenek érdekellentétek, nincsenek sztereotípiák, és közös múlt sem, a tagok mégis megkülönböztetik magukat a másik csoporttól, és előnyben részesítik saját csoportjukat. A csoporttagok hajlamosabbak arra, hogy saját csoportjukat akár a pozitív tulajdonságok, akár a teljesítmény és az erkölcsös viselkedés mentén pozitívabban értékeljék, mint a másik csoportot. Ez a szociális identitás elméletének következménye.<sup>13</sup>

Ha egy olyan csoport tagjai vagyunk, melyet mások negatívan ítélnek meg, a helyzet önértékelésünkre is kifejezi hatását – ilyenkor általában kevesebbre tartjuk magunkat, és a teljesítményünk is gyengülhet. Ez azonban nem minden esetben igaz – a negatívan megítélt csoport tagjai között olyanok is akadnak, akik önértékelésük védelmében különböző stratégiákat alkalmazhatnak. Van, aki a külső világ reakcióit a személyek előítéletességének tulajdonítva védi önértékelését, mások az egyéni mobilitásnak köszönhetően elhagyják csoportjukat, de olyan is akad, aki saját csoportjának más, rosszabb helyzetben lévő tagjaihoz hasonlítva magát él az énfelnagyító torzítással.<sup>14</sup>

Az identitást érő fenyegetések legfontosabb jellemzője, hogy csak akkor válnak fenyegető, vagyis önértékelésünket csorbitó hatásúvá, ha felvesszük a velük járó alárendelt szerepet, tehát azonosulunk a helyzettel. Ezek olyan averzív jelenségek, melyek meghatározzák az identitásunkat, méghozzá többféle formában érintve azt – akár egyénileg, akár egy csoport tagjaként tapasztalva őket. A megbélyegzés során egy csoport tagjaként maga a személy is megbélyegződhet, ami akár a csoportról való disszociálást is eredményezheti. A csoport-azonosságtudatra vonatkozó fenyegetések a magas önértékelést veszélyeztetve fosztják meg a személyt egy pozitív értékekkel rendelkező csoporthoz tartozás lehetőségétől. A fenyegetések érkezhetnek magától az egyéntől, a társas közegtől, de akár a materiális világból is.<sup>15</sup>

Ha egy helyzetet identitásunkra nézve fenyegetőnek ítélnék meg, különböző coping-stratégiákat alkalmazunk annak érdekében, hogy a helyzetet megváltoztassuk. A coping-mechanizmusok intrapszichikus, interperszonális, illetve csoportközi szinteken is megjelenhetnek. Az intrapszichikus stratégiák (pl. a helyzet ignorálása, átstrukturálása) nem jelennek meg társadalmi aktivitásban, a csoportközies viszont egész csoportokat fednek le (pl. társas versengés, társas összehasonlítás). Interperszonális egy coping-mechanizmus akkor, ha társas kapcsolatainkat is érintve hárítjuk el a fenyegető hatást (pl. izolációval, negativizmussal, behódolással). Negativizmus esetén a személy

<sup>13</sup> BILLIG – TAJFEL 1973, 27–52; SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>14</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>15</sup> SERDÜLT 2015, 61–74.

tagadja a külső tényezőt, nem azonosul a fenyegető hatásból származó stigmával, hanem szándékosan elutasítja azt. Ez a folyamat erősíti az identitást és védi az önbecsülést is, hiszen magabiztosságot nyújt – azonban esetenként, merevvé is válhat tőle a személyiség. A behódolás ennek ellentéte – az ilyen stratégiát alkalmazók felismerik és elfogadják a környezet rájuk vonatkozó elvárásait, és ennek megfelelően cselekednek. Ezek a személyek magas szintű konformitással jellemezhetők, akik beletörődnek abba, hogy a negatívan megítélt csoport tagjai maradjanak.<sup>16</sup>

## A vizsgálat célja és hipotézisei

A kutatás célja egy olyan specifikus helyzet vizsgálata volt, amikor az egyén egy csoport tagjaként egy másik csoport pozitív tulajdonságairól értesül. A vizsgálatban leírt szituáció során a kísérlet résztvevője egy elképzelt csoportos helyzetbe került, hogy ezáltal megfigyelhetővé váljanak az önértékelést érő változások, a társas összehasonlítás stratégiájának függvényében. A jelenség feltárásához egyrészt a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálát használtuk, mely lefelé és felfelé hasonlításra vonatkozó alsókálákkal is rendelkezik.<sup>17</sup> Az állapot önértékelés felmérése az Állapot Önértékelés Skálával történt, melyet a csoporthelyzetre vonatkozó szöveg elolvasása előtt és után is felvettünk a résztvevőkkel.<sup>18</sup> Ezek mentén a következőkben tárgyalt hipotéziseket teszteltük.

### *Állapot önértékelés a társas összehasonlítás mentén*

Az identitás és az önmagunkkal kapcsolatos gondolatok egyik fontos forrásaként értelmezhető a társas összehasonlítás stratégiája, mely az önértékelésünkre is hatással van. Ez egy olyan helyzetben is igaz lehet, ahol két csoportot egy egyszerű, jelentéssel nem rendelkező tulajdonság különböztet meg egymástól, az identitás fenyegetettsége viszont akár teljesítménybeli különbségek esetén is megjelenhet. Ilyenkor a társas összehasonlítás stratégiája megküzdési mechanizmusként is felfogható, melynek gyakori megjelenése általában alacsonyabb önbecsüléssel, magas konformitással és dinamikus, bizonytalan szelfkonceptióval társul.<sup>19</sup>

1. hipotézis: Azok az egyének, akik magasabb pontszámot érnek el a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálán, alacsonyabb pontszámmal rendelkeznek az Állapot Önértékelés Skála egészét tekintve.

2. hipotézis: Azok, akik a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálán magas pontszámot érnek el, az ezen átlagos, vagy alacsony pontszámot elérőkkel szemben az Állapot Önértékelés Skála egészét tekintve kevesebb pontot szereznek.

---

<sup>16</sup> BREAKWELL 1986; SERDÜLT 2015, 61–74.

<sup>17</sup> OROSZ – SZUKICS 2012, 361–378.

<sup>18</sup> HEATHERTON – POLIVY 1991, 895–910.

<sup>19</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–42; SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

3. hipotézis: Azok, akik a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálán magas pontszámot érnek el, jelentősen alacsonyabb pontszámot szereznek az Állapot Önértékelési Skálán a második helyzetben, az első felméréshez viszonyítva.

#### *Lefelé hasonlítás mint stratégia*

Önértékelésünk javítása érdekében általában eltúlozzuk saját képességeinket, teljesítményünket jobbnak ítéljük másokénál, vagyis az énrre vonatkozó információkat úgy értelmezzük, hogy az pozitív értékeléshez vezessen. Ha egy összehasonlítás kedvezőtlen színben tűntet fel miket, vagyis fenyegető tényezőként hat identitásunkra, akár úgy is védekezhetünk, hogy nálunk rosszabb helyzetben lévő, gyengébben teljesítő egyénnel vetjük össze képességeinket. Ez általánosan megjelenő stratégiaként is értelmezhető olyan személyek esetén, akik bizonyos formában gyakran hasonlítják magukat másokhoz.<sup>20</sup>

4. hipotézis: Akik a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála lefelé hasonlításra vonatkozó faktorán érnek el magasabb pontszámot, az Állapot Önértékelési Skálát tekintve a második felmérés során jelentősen több pontot szereznek az első felméréshez képest.

### **A módszer leírása**

#### *Minta és eljárás*

Az adatfelvétel egy saját készítésű, online kérdőíves csomag által történt, önként résztvevő kísérleti személyek segítségével, akik a kérdőívek kitöltése előtt megtudták, hogy a vizsgálatban való részvétel kb. 10–15 percet vesz igénybe, és az adatfelvétel anonim módon zajlik. Emellett értesülhettek arról is, hogy a kutatásban való segítségnyújtás önkéntes, így a választadást bármikor megszakíthatták. Mivel a különböző korcsoportok mentén validált kérdőívek miatt csak 17 év feletti korosztályt vizsgáltunk, egy életkorra vonatkozó kérdést is bekerült a csomagba.

Ezeket figyelembe véve a vizsgálatban 82 személy adatai kerültek feldolgozásra (átlagéletkor = 26,07 év; SD = 7,27 év; min = 18; max = 54). A nemek tekintetében a minta nem reprezentatív: összesen 55 nő (átlagéletkor = 25,87; SD = 7,83 év; min = 18; max = 54), viszont nagyjából csak feleannyi, 27 férfi (átlagéletkor = 26,48; SD = 6,08 év; min = 18; max = 44) vett részt a kutatásban.

#### *Mérőeszközök*

Az önértékelés aktuális jellemzőinek mérése az Állapot Önértékelés Skála (State Self-Esteem Scale) segítségével történt. A skálát magyar nyelvre még nem adaptálták, de korábbi magyar kutatásokban használt változata alapján serdülő

---

<sup>20</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142; BUUNK – OLDERSMA – DE DREU 2001, 452–467.

mintán megbízható értékekkel rendelkezik.<sup>21</sup> Ebben a vizsgálatban a kérdőív általunk magyarra fordított, de még nem validált verziója került felhasználásra. A kérdőív összesen hét egyenes és tizenhárom fordított tételt foglal magában, melyeket ötfokú Likert-skálán értékelhetnek a kitöltők, annak megfelelően, hogy az adott pillanatban mennyire érzik ezeket magukra nézve igaznak (1 = Egyáltalán nem, 5 = Teljes mértékben). Az egész skálát tekintve a magasabb pontszám magasabb állapot önértékelést is jelez. A skála 3 faktorra oszlik, így 7 kérdéssel vizsgálhatjuk a Teljesítmény önértékelést („*Magabiztosnak érzem magam a képességeimmel kapcsolatban..*”), szintén 7 item vonatkozik a Társas Önértékelésre („*Ebben a pillanatban alsóbbrendűnek érzem magam másokhoz képest..*”), és 6 kérdés vizsgálja a Megjelenésre vonatkozó Önértékelést („*Elégedett vagyok azzal, ahogyan a testem most kinéz..*”).<sup>22</sup>

A társas összehasonlítás stratégiáját kutatva az Iowa-Hollandia Comparison Orientation Measure (INCOM) elnevezésű kérdőív magyar adaptációját, a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálát (TÖS) használtuk.<sup>23</sup> Az adaptáció itemszáma 13, a kérdésekre pedig ötfokú Likert-skálán kell válaszolni. A kérdőív faktoriái között egy általános társas összehasonlítási, egy 3 itemet tartalmazó lefelé hasonlítási (pl. „*Amikor azon tűnődöm, hogy mennyire vagyok jó valamiben, akkor néha olyan emberekkel hasonlítom össze magam, akik azon a területen rosszabbak nálam.*”) és egy szintén 3 kérdésből álló felfelé hasonlítási (pl. „*Amikor a saját aktuális teljesítményem értékelem, gyakran hasonlítom magam olyan emberekhez, akik jobban nálam.*”) skála található. Az általános társas összehasonlítási tételt két látens változó alkotja, melyeket vélemény (pl. „*Gyakran szeretek beszélgetni másokkal a közös véleményünkről és tapasztalatainkról.*”) és képesség (pl. „*Ha ki akarom deríteni, hogy mennyire csináltam jól valamit, összehasonlítom azt, amit én csináltam azzal, amit mások csináltak.*”) néven illethetünk. Ezek összesen 7 itemet foglalnak magukba.

A csoportos helyzetben történő, önértékelésre vonatkozó változások vizsgálata érdekében egy két csoportot bemutató szöveg elolvasására kértük a személyeket (1. melléklet). A leírás alapján a résztvevők feladata az volt, hogy képzeljék el a helyzetet, melyben a zöld csoport tagjaként a piros csoport pozitív tulajdonságait több szempontból is kiemelő (pl. versenyben való kiváló teljesítmény, sportos kinézet, karitatív tevékenységek folytatása) információkról értesülnek. A két csoport közti kapcsolat bárminemű részletezését, illetve a zöld csoport bemutatását a szöveg elkerülte, hiszen a minimálcsoport-paradigma szerint már egy egyszerű megkülönböztetés is képes változtatni a csoportszintű percepción.<sup>24</sup> Hogy a beleélést elősegítsük, a szöveg elolvasása után a tapasztalatokra vonatkozó kérdéseket választottak meg a résztvevők (pl. „*Fordult-e már Önnek elő hasonló helyzet?*”; „*Elképzelve ezt a szituációt, hogyan érzi most magát?*”).

---

<sup>21</sup> JÓZAN et al. 2014, 33–58.

<sup>22</sup> HEATHERTON – POLIVY 1991, 895–910.

<sup>23</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142; OROSZ – SZUKICS 2012, 361–378.

<sup>24</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

Végül, az önértékelésben mutatkozó változások felmérése érdekében az Állapot Önértékelés Skála ismételt kitöltésére kértük a résztvevőket. Az instrukciók során kiemeltük, hogy a résztvevők az aktuális érzéseikről nyilatkozzanak, tehát az arra a pillanatra vonatkozó értékeléseikre voltunk kíváncsiak, ugyanazon faktorok mentén.

### *Alkalmazott statisztikai eljárások*

A statisztikai elemzések az IBM SPSS Statistics 22 programcsomaggal történtek, a statisztikai szignifikancia határát a  $p = 0,05$  jelentette. A Kolmogorov-Smirnov-féle normalitás vizsgálatok alapján a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála egészét, annak felfelé hasonlításra vonatkozó skáláját, illetve az Állapot Önértékelés Skálán elért összesített átlagpontszámot (melyet a két külön felmérés pontszámainak átlagából hoztunk létre) kivéve egyik skála sem mutatott normál eloszlást. Így a hipotézisek tesztelése érdekében a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála és az Állapot Önértékelés Skála értékeinek összehasonlításakor Pearson-féle korrelációanalízist futtattunk le. Emellett a pontszámok alapján különböző csoportokat hoztunk létre, a hipotézisek tesztelése érdekében: a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála mentén a szórásokat és az átlagokat figyelembe véve a magas pontszámmal rendelkezők csoportjába kerültek azok, akik az adott átlaghoz az adott szórást hozzáadva annál magasabb pontot értek el a skálán, az alacsony pontszámmal rendelkezők csoportjába pedig azok kerültek, akik az adott átlagból az adott szórást elvéve annál kevesebb pontot értek el. A többiek az átlagos pontszámot elérők csoportjába kerültek. Ugyanígy jártunk el a lefelé hasonlítás faktorát tekintve (1. táblázat). Az összehasonlításokhoz függetlenmintás varianciaanalíziseket és nonparametrikus tesztet (Wilcoxon-próba) futtattunk le.

	Alacsony pontszám		Átlagos pontszám		Magas pontszám	
TÖS	Ritkán	11	Alkalmanként	61	Gyakran	10
Lefelé hasonlítás	Elvétve	12	Időnként	56	Sokszor	14

**1. táblázat: A Társas Összehasonlítási Orientáció Skála (TÖS) összesített pontszámai, illetve a lefelé hasonlítás skáláján elért pontszámok alapján létrehozott csoportok és létszámaik**

### **Az eredmények bemutatása**

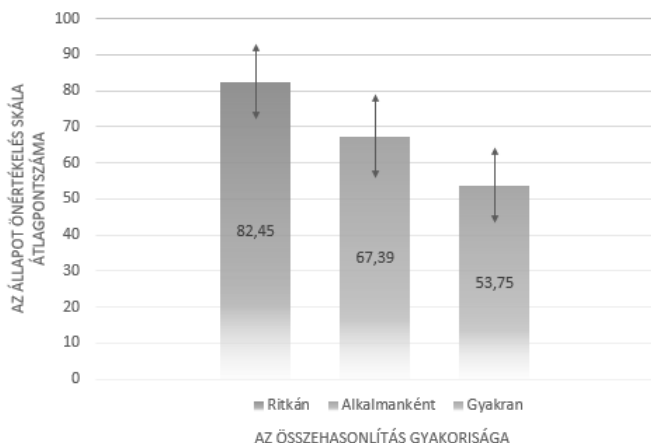
A következőkben a vizsgálat eredményeinek bemutatása történik, a hipotézisek sorrendjében.

Az 1. hipotézisben a társas összehasonlítás és az önértékelés általános viszonyát vizsgáltuk, feltételezve, hogy azoknak, akik gyakrabban hasonlítják össze magukat másokkal, alacsonyabb az önértékelése. A hipotézis tesztelése Pearson-féle korrelációanalízissel történt a Társas Összehasonlítási Orientáció



Skála és az Állapot Önértékelés Skála átlagpontszámának értékeit összevetve. Az eredményekből kiderül, hogy a két érték között közepesen erős, negatív irányú, szignifikáns összefüggés van: minél magasabb pontszámot ért el valaki a Társas Összehasonlítási Orientáció Skálán, annál alacsonyabb pontszámot szerzett az Állapot Önértékelés Skáláját tekintve ( $r = -0,58$ ;  $p < 0,05$ ).

A 2. hipotézis a társas összehasonlítás mentén létrehozott csoportok önértékelését taglalta. Ennek tesztelése során függetlenmintás varianciaanalízist futtattunk le a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála mentén létrehozott csoportok Állapot Önértékelés Skálán elért pontszámainak összehasonlítása érdekében. Az eredmények szerint jelentős különbség van a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála mentén létrehozott 3 csoport Állapot Önértékelés Skála pontszámait tekintve [ $F(2, 79) = 16,78$ ;  $p < 0,05$ ; parciális  $\eta^2 = 0,298$ ]. A Bonferroni post-hoc teszt eredményeiből látszik, hogy az Állapot Önértékelés Skálán a gyakran összehasonlító (53,75) jelentősen alacsonyabb pontszámot ért el, mint az alkalmanként (67,39), és ritkán (82,45) összehasonlító személyek (1. ábra).



**1. ábra: A társas összehasonlítás gyakorisága mentén létrehozott 3 csoport Állapot Önértékelés Skálán elért átlagpontszámai**

A következő, 3. hipotézis az állapot önértékelésben megmutatkozó változásokra vizsgálatára vonatkozott, a társas összehasonlítás megjelenési gyakoriságának függvényében. A tesztelés során az eloszlásokat figyelembe véve Wilcoxon-próbát futtattunk le. Az eredmények alapján sem a gyakran összehasonlító személyek esetén ( $Z = -0,56$ ;  $p = 0,57$ ), sem pedig a ritkán összehasonlító személyeket tekintve nem volt jelentős eltérés az Állapot Önértékelés Skála csoporthelyzet előtti és utáni pontszámait összevetve ( $Z = -0,41$ ;  $p = 0,68$ ). Az alkalmanként összehasonlító csoportját ilyen feltételek mellett vizsgálva azonban szignifikáns eltérést találhatunk az Állapot Önértékelés Skála mentén

( $Z = -0,22$ ;  $p < 0,05$ ), hiszen a 2. felmérés során (66,64) jelentősen alacsonyabb pontszámot értek el, mint az 1. felvételnél (68,13).

A lefelé hasonlításra vonatkozó 4. hipotézis tesztelésekor a lefelé hasonlítás gyakorisága mentén létrehozott 3 csoport (elvétve, időnként, sokszor) segítségével ismét Wilcoxon-próbát végeztünk a Társas Összehasonlítási Orientáció Skála megfelelő faktora mentén létrehozott csoportok alapján. A hipotézis alapján azt vártuk, hogy akik gyakran hasonlítják magukat náluk rosszabbul teljesítőkhöz, a csoporthelyzetre vonatkozó szöveg olvasása után magasabb önértékelésről nyilatkoznak. Az eredményekből kiderül, hogy a sokszor lefelé hasonlítóknak esetén nem mutatkozik szignifikáns eltérés az Állapot Önértékelés Skála 2 felvételét tekintve ( $Z = -0,701$ ;  $p = 0,483$ ). Azok körében sem látszik jelentős eltérés, akik elvétve hasonlítanak lefelé ( $Z = -0,7$ ;  $p = 0,483$ ). Azonban azok, akik csupán időnként hasonlítják magukat náluk rosszabbul teljesítő társaikhoz, az Állapot Önértékelés Skála pontszámait tekintve szignifikáns eltérést mutattak ( $Z = -0,23$ ;  $p < 0,05$ ), hiszen az első felmérés során (68,29) jelentősen több pontot értek el, mint a második felvételnél (66,46) tekintve.

## Megbeszélés

A kutatás a társas összehasonlítás stratégiájának szerepét vizsgálva a csoporttagok önértékelésének megfigyelése köré épült. Az első 3 hipotézis leginkább azon személyek vizsgálatára vonatkozott, akikre általánosságban véve jellemző, hogy élnek a társas összehasonlítás stratégiájával. A 4. hipotézis a társas összehasonlítás egyik formáját, a lefelé hasonlítást helyezte középpontba. A kutatás a felfelé hasonlítás jelenségével, illetve az Állapot Önértékelés Skála alfaktoraival részletesen nem foglalkozott. Az eredmények értelmezése a bemutatott elméleti háttér mentén történik.

### *A társas összehasonlítás és az állapot önértékelés általános kapcsolata*

A társas összehasonlítás állapot önértékeléssel való általános kapcsolatának vizsgálatát Pearson-féle korrelációanalízissel végeztük. Az eredmények alapján jelentős, közepesen erős, negatív kapcsolat látható a két felmérésből létrehozott állapotönértékelés átlagpontszám és a társas összehasonlítás megjelenésének gyakorisága között. Ezek szerint tehát azon személyek, akik alacsony önértékelésről számoltak be, gyakrabban hasonlítják magukat másokhoz, és azok, akiknél ez többször jelenik meg stratégiaként, általában alacsonyabb önértékeléssel bírnak.

Emellett a társas összehasonlítást felmérő kérdőív segítségével létrehozott 3 csoport (gyakran, alkalmanként és ritkán összehasonlítóknak) mentén csoportközi összehasonlítások zajlottak. A 2. hipotézis tesztelésekor jelentős különbségek mutatkoztak a csoportok állapot önértékelési pontszámait tekintve. Azok, akiknél gyakrabban megjelenik a társas összehasonlítás, alacsonyabb önértékelésről nyilatkoznak, mint azok, akik hozzájuk képest csak alkalmanként, vagy ritkán hasonlítják magukat másokhoz.

Az olyan személyek, akik a társas összehasonlítás stratégiájával gyakran élnek, másokhoz viszonyítva általában bizonytalanabbak, így önértékelésük is alacsonyabb lehet, hiszen a másokkal való összehasonlítás érzelmileg nagyobb hatással van rájuk. Ez a hatás nem csupán vonásszintű önértékelésükre nézve lehet igaz, hanem arra is, hogy egy aktuális helyzetben miként gondolkodnak önmagunkról, tehát állapot önértékelésüket is befolyásoló tényezőről beszélhetünk.<sup>25</sup>

Az eredményekből kiderült, hogy a társas összehasonlítás jelensége, illetve az önértékelés között kapcsolat van, mely nem csupán a vonásszinten megjelenő önértékeléssel összefüggésben mutatkozhat meg, hanem annak állapotként értelmezett formája esetén is. Ez a hatás tulajdonítható annak, hogy a társas összehasonlítást gyakran alkalmazó személyek az összehasonlítás hatásait érzelmileg mélyebben élik meg, így a társas eseményeket értelmezve általános és állapot önértékelésük is csökkenhet - főként, ha gyakran kerülnek szembe náluk jobban teljesítő, jobb helyzetben lévő személyekkel. Emellett, mivel bizonytalanabb, dinamikusabb szelf jellemzi őket, a szociális ingerekre és változásokra való érzékenység, valamint a fenyegetett identitás állapota miatt is alacsonyabb lehet az önértékelésük.<sup>26</sup>

#### *Az állapot önértékelés alakulása a társas összehasonlítás függvényében*

A társas összehasonlítás megjelenésének gyakorisága mentén létrehozott 3 csoport adatait használtuk az elképzelt csoporthelyzet önértékelésre vonatkozó hatásainak tesztelésékor is. Az eredmények alapján nem mutatkoztak jelentős különbségek azok körében, akikre a gyakori társas összehasonlítás jellemző. A többiekhez képest a magukat másokkal csak alkalmanként összevető személyek esetén azonban jelentős eltérés látható az önértékelést tekintve, hiszen ők a csoporthelyzet elolvasása után átlagosan alacsonyabb pontszámot értek el az önértékelés mentén, mint azelőtt.

Az eredmények értelmezése során érdemes figyelembe vennünk, hogy a társas összehasonlítás stratégiájával gyakran élő személyek általában magas szelfaktivációval rendelkeznek, emellett pedig jellemzőbb rájuk a szelf bizonytalansága és a dinamikus szelfkoncepció is. Ebből adódóan viselkedésük is meglehetősen helyzetfüggő, a társakkal való összevetés pedig nagyobb hatást fejthet ki énfogalmukra és önértékelésükre, mint mások esetében.<sup>27</sup>

Ez a hatásmechanizmus akár egy olyan helyzetben is megmutatkozhat, amelyben véletlenszerű módon kerülnek csoportosításra a személyek, a csoportok közti különbségeket pedig a másik csoport pozitív tulajdonságainak kiemelésével indukáljuk. Egy ilyen helyzetben a személy úgy érezheti, hogy egy alacsonyabb rendű csoport tagja, ami a fenyegetett identitás érzésének fokozódását válthatja ki. Ez – egyéb stratégiák alkalmazása mellett – néhány

<sup>25</sup> HEATHERTON – POLIVY 1991, 895–910; GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142.

<sup>26</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142.

<sup>27</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142.

személynél akár a társas összehasonlítás használatát is eredményezheti az önértékelés megóvása érdekében. Fokozottan jellemző lehet ez azokra a személyekre nézve, akiknél a társas összehasonlítás gyakran jelenik meg, míg az önmagukat másokkal ritkán összehasonlító egyének esetén kevésbé jelentős ez a kapcsolat.<sup>28</sup>

Az, hogy a statisztikai adatok a társas összehasonlítást gyakran alkalmazó személyeket tekintve nem a hipotézisnek megfelelő eredményeket mutatják, és az összehasonlítást csupán alkalmanként használó személyek esetén látszik csak szignifikáns eltérés az önértékelésben, több módon is magyarázható. Egyrészt figyelembe kell vennünk, hogy az alkalmanként összehasonlító csoportjába sokkal többen kerültek, mint a másik kettőbe, ami torzíthatja az adatokat, de akár egy háttérváltozó létre is felhívhatja a figyelmünket. Ilyen tényező lehet például az, hogy az illető mennyire volt képes beleélni magát az adott helyzetbe, és az milyen érzéseket váltott ki belőle.

Másrészt, az önértékelést fenyegető különbségek észlelése más-más stratégiák használatát válthatja ki a csoporttagokból, attól függően, hogy mennyire kötődnek az adott csoporthoz, mennyire tartják azt saját identitásuk részének. Mivel jelen helyzetben a csoporttal való azonosulás a saját csoportról szóló leírás hiányában nem lehetett erős, sokan az egyéni mobilitáson át az elképzelt csoportról való disszociálás stratégiáját is választhatták.<sup>29</sup>

Harmadrészt előfordulhat, hogy az identitás fenyegetettsége esetén fellépő coping-mechanizmusok közül a résztvevők egy része a negativizmus stratégiáját alkalmazva tagadta a fenyegetés létét, mások pedig a behódolást használva akár a szövegben indirekt módon megjelenő lealacsonyított helyzet elfogadása mellett is dönthettek.<sup>30</sup> Előfordulhat tehát, hogy csak kevesen fordultak a társas összehasonlítás stratégiájához önértékelésük erősítése vagy megvédése érdekében. A jelenség értelmezése érdekében további vizsgálatokra van szükség.

### *A lefelé hasonlítás stratégiájának alkalmazása fenyegetett identitás esetén*

Az utolsó hipotézis a társas összehasonlítás lefelé irányuló formájára, tehát a nálunk rosszabbul teljesítő személyekkel való összevetésre vonatkozott az állapot önértékelés függvényében. A lefelé hasonlítás gyakoriságát megkülönböztető 3 csoport közül azokra került a hangsúly, akik saját bevallásuk alapján a legtöbbször hasonlítják önmagukat kevésbé szerencsés társaikhoz.

Az eredmények szerint a hipotézissel ellentétben nem mutatkozott jelentős eltérés a csoport állapot önértékelési pontszámait tekintve a másik csoport tagjainak pozitív tulajdonságait kiemelő szöveg elolvasása előtt és után. A bejósolt hatás helyett a magukat másokhoz csak időnként hasonlítóknak esetén mutatkozik: ezek a személyek a csoporthelyzetre vonatkozó szöveg elolvasása

<sup>28</sup> BILLIG – TAJFEL 1973, 27–52; GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142; SERDÜLT 2015, 61–74; SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>29</sup> SPEARS – DOOSJE – ELLEMERS 1997, 538–553.

<sup>30</sup> BREAKWELL 1986.

után jelentősen alacsonyabb pontszámot ért el állapot önértékelésüket tekintve, mint a szituációt megelőzően.

Tulajdonságaink, képességeink, illetve elért eredményeink értékelésekor általában törekszünk arra, hogy pozitívan ítéljük meg önmagunkat, és viszonylag pontos önértékeléssel rendelkezünk. Egy olyan helyzetben, ahol saját csoportunk mellett egy másik csoport pozitív tulajdonságairól tájékoztatnak minket, a pozitív önértékelésre vonatkozó vágyunk akár erősödhet is, az énfelnagyító torzítás jelensége mentén. Ilyen esetben a társas összehasonlításban érdekelt személy célja az, hogy pozitívabban értékelje önmagát a szociális kontextusból származó információk alapján, vagyis olyanokkal igyekszik összevetni tulajdonságait és képességeit, akik nála gyengébben teljesítenek. Ha tehát egy összehasonlítás során azt érzékeljük, hogy kedvezőtlen pozícióba kerülünk általa, és fenyegetett identitás-állapot lép fel, akár azzal is védekezhetünk, ha egy kevésbé szerencsés helyzetben lévő másik személlyel vetjük össze magunkat.<sup>31</sup>

A vizsgálatban a résztvevő személy egy csoport tagjaként a másik, csak pozitív tulajdonságokkal rendelkező csoporttal összehasonlítva, akár abban is érdekelt lehetett, hogy önértékelését a másik csoporttal szemben megővja. A feltételezés alapján a többi résztvevőhöz viszonyítva azok, akik általában a lefelé hasonlítás stratégiájával élve keresnek olyan személyeket, akikkel összehasonlítva többre értékelhetik magukat, ebben a helyzetben is így cselekszenek majd. Ez alapján pedig a helyzetből adódóan nem gyengül, hanem éppen erősödik majd önértékelésük a csoportról olvasott információk hatására.<sup>32</sup>

Az eredmények alapján viszont nem ezekre a személyekre a leginkább jellemző az, hogy a helyzet hatására változik az állapot önértékelésük a lefelé hasonlítás stratégiájának alkalmazása miatt. Sőt, a lefelé hasonlítást csak időnként használó személyek esetén sem teljesen biztos, hogy magasabb szintű önértékelésük a lefelé hasonlítás stratégiája miatt következett be. Előfordulhat például, hogy sokan a fenyegető hatást a negativizmus coping-mechanizmusa mentén tagadva próbálták megőrizni, vagy akár erősíteni önértékelésüket.<sup>33</sup> Az is meglehet, hogy a kutatás résztvevői ebben a helyzetben nem a le-, hanem a felfelé hasonlítás stratégiájával éltek inkább, amely mögött legtöbbször az énfelzárkózás motivációja húzódik meg – egy olyan irányú törekvés, ami mentén a személy javíthat képességein és eredményein.<sup>34</sup> Ezeken kívül az előző két hipotézis és az ezekre vonatkozó eredmények magyarázatánál felsorolt közrejátszó tényezők hatásait itt is érdemes figyelembe vennünk: így a csoportlétszámok, a beleélés milyensége és mélysége, illetve az identitásra vonatkozó fenyegetettség megítélése is befolyásolóként jelenhetett meg az eredmények alakulásában.

---

<sup>31</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142; BUUNK – OLDERSMA – DE DREU 2001, 452–467; SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>32</sup> SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016.

<sup>33</sup> BREAKWELL 1986.

<sup>34</sup> GIBBONS – BUUNK 1999, 129–142.

A vizsgálat néhány olyan jellemzővel is bír, melyek hiányossággként értelmezhetők, vagy további kutatások alapjaként szolgálhatnak. Egyrészt fontos megemlíteni, hogy az Állapot Önértékelés Skála magyar mintán még nem validált, így annak csupán nyers fordításban megjelenő változatát használtuk.

Hátrányt jelentett még a minta elemszáma is, hiszen ebből adódóan néhány változót tekintve nem sikerült a normál eloszláshoz szükséges számú személy adatait feldolgozni, illetve a minta a nemek tekintetében nem reprezentatív, hiszen több mint kétszer annyi nő vett részt a vizsgálatban, mint amennyi férfit sikerült beszervezni. További probléma lehetett az, hogy a vizsgálat során létrehozott csoportok (az általában vett társas összehasonlítás, illetve a lefelé hasonlítás stratégiájának alkalmazási gyakorisága mentén) létszámukat tekintve nem arányosan oszlottak el, hiszen volt olyan csoport, melyben összesen 10-en szerepeltek, míg egy másik csoportba 61 személy adatai kerültek. Ezen nehézségeket a minta elemszámának bővítésével küszöbölhetjük ki.

A csoporthelyzet leírása is limitációként értelmezhető, hiszen előfordulhat, hogy bizonyos személyek számára a csoport bemutatása nem volt elég konkrét, vagy a saját csoportukra vonatkozó információkat is vártak volna, ami akadályozhatta őket a beleélést tekintve. Lehet, hogy egy jobban körvonalazott helyzet (pl. egy verseny) segített volna a résztvevőknek a szituáció mélyebb átélésében.

A vizsgálat fő nehézségét az alapkoncepció okozta. A helyzet sokkal bonyolultabb lehet annál, mint ahogyan azt a jelen kutatás felvázolja – az eredmények értelmezésének nehézségét pont az adta, hogy az egyéb felmerülő coping-mechanizmusok fellépése nem került szűrésre a vizsgálat során. Előfordulhat, hogy az önértékelés a társas összehasonlításon kívülálló, más ok mentén változott.

Emiatt a további kutatások során több, az eredmények diszkussziója során már említett tényezőt bevonni a vizsgálatba, melyek befolyásoló tényezőként hathatnak a társas összehasonlítás és az önértékelés kapcsolatának alakulására csoporthelyzetben. Például fontos lehet tudni, hogy egy csoport tagjaként milyen mértékben éli meg a személy az indirekt kritikát identitására nézve fenyegető hatásként, amelyet az összehasonlítási terület fontossága is jelölhetne – a fontosabbnak vélt területen nagyobbban éljük meg a fenyegetettséget, ha egy másik személy jobban teljesít nálunk, főleg, ha az illető érzelmileg közel áll hozzánk.<sup>35</sup>

Ezenkívül az Állapot Önértékelés Skála átlagpontszámai helyett egy, az önértékelést vonásszinten értelmező kérdőív felvételét is elvégezhetnénk, hogy az összefüggéseket tovább árnyalhassuk – akár azt is megvizsgálva, hogy a magas alapvető önértékeléssel rendelkező személyek állapot önértékelésére milyen hatással bír egy másik csoport tagjainak pozitív tulajdonságait kiemelő helyzet. Továbbá a csoportot érő kritika formáinak fokozatai mentén is tehetnénk

---

<sup>35</sup> TESSER 1988, 181–227.

különbségeket, hiszen lehet, hogy egy direkt módon érkező csoportszintű kritika a személy önértékelésére erőteljesebb hatást fejt ki, mint a nem célzott negatív minősítés.

### *Konklúzió*

A szociálpszichológia egyik fontos elemét képezi az egyén szemszögéből a társas jelenségek hatásainak, tehát a szociális identitás személyes identitásra vonatkozó befolyásoló erejének feltárása és részletezése. Ebben a vizsgálatban a csoporthelyzetben megjelenő én, énfogalom és önértékelés változásait elemeztük a társas összehasonlítás függvényében. Mivel a magukat másokkal gyakran összehasonlító személyek dinamikusabb szelffel, így pedig bizonytalanabb identitással és alacsonyabb önbecsüléssel bírnak, esetükben akár egy olyan helyzet is önértékelésük változásával járhat, amelyben egy csoport tagjaként egy másik csoport pozitív tulajdonságait emeljük ki. Ilyen helyzet akár az iskolai közegben, akár a munkahelyen, vagy akár csapatsport során is előállhat, így meglehet, hogy ezek a személyek az önértékelésüket tekintve nem megfelelő stratégiát alkalmaznak a szociális közegben zajló események értelmezésekor. A témával foglalkozó vizsgálatok elvégzése fontos, hogy feltárhassuk, miként használják a magas önbecsülésű személyek a társas összehasonlítást önértékelésük védelmére, és ez alapján vázoljuk, hogyan profitálhatnak az alacsony önbecsülésű személyek saját kudarcaikból vagy akár egy másik csoport sikeréből.

## **1. melléklet**

### **Csoportok**

A következőkben egy rövid leírást olvashat 2 csapatról. Arra kérem, hogy képzelje el magát a leírás szereplőjeként, amiben a megfogalmazás is segíteni fogja! Próbálja olyan mélyen átélni ezt a helyzetet, amennyire csak tudja, mind érzéseiben, mind gondolataiban! Ehhez akár segítségül hívhat Önnel korábban megtörtént, hasonló eseményeket is. Ezek után néhány kérdés megválaszolására kérem Önt. A leírás tehát a következő:

Ön a ZÖLD csoport tagja, és egy másik, a PIROS csoportról a következőket tudjuk. A PIROS csoport tagjai több tudományos versenyben is részt vettek már, és mindenhol kiváló eredményeket értek el. A PIROS csoport tagjai megmutatták, hogy észjárásuk villámgyors, bármilyen tudományos jellegű kérdést hamar, magabiztosan és megbízhatóan megválaszolnak, és sikeresen veszik az akadályokat, legyen szó bármiféle logikát, vagy matematikai feladatot magában foglaló kihívásról. Emellett sporteseményeken is rendszeresen részt vesznek, ahol kiemelkedő teljesítményt nyújtanak, hiszen képesek lelkes csapatként együttműködni. Ön a ZÖLD csoport tagjaként arról is értesül, hogy a PIROS csoport tagjai vonzóak és megfelelő edzettséggel rendelkeznek, mivel

egészségesen táplálkoznak, illetve napi szinten sportolnak. A PIROS csoport tagjai emellett jószívű személyek, hiszen több önkéntes egyesület munkájában részt vettek már, és szívesen szerveznek maguk is adománygyűjtést vagy süteményvásárt a rászoruló személyek számára.

## Irodalom

- BILLIG – TAJFEL 1973 = Billig, M. – Tajfel, H.: Social categorization and similarity in intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology* 3:1 (1973) 27–52.
- BREAKWELL 1986 = Breakwell, G. M.: *Coping with Threatened Identities*. London and New York : Methuen 1986.
- BUUNK – OLDERSMA – DE DREU 2001 = Buunk, B. P. – Oldersma, F. L. – de Dreu, C. K. W.: Enhancing satisfaction through downward comparison: The role of relational discontent and individual differences in social comparison orientation. *Journal of Experimental Social Psychology* 37:6 (2001) 452–467.
- ERIKSON 2002 = Erikson, E. H.: *Gyermekkor és társadalom*. Budapest : Osiris Kiadó, 2002.
- FESTINGER 1954 = Festinger, L.: A theory of social comparison processes. *Human relations* 7:2 (1954) 117–140.
- GIBBONS – BUUNK 1999 = Gibbons, F. X. – Buunk, B. P.: Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of personality and social psychology* 76:1 (1999) 129–142.
- HEATHERTON – POLIVY 1991 = Heatherton, T. F. – Polivy, J.: Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social psychology* 60:6 (1991) 895–910.
- JONES 1990 = Jones, E. E.: *Interpersonal perception*. New York : Freeman, 1990.
- JÓZAN et al. 2014 = Józán A. – Kapitány N. – Szabolcsi D. – Kökönyei Gy.: A magyar nyelvű önbecsülés implicit asszociációs teszt kidolgozása és validálása. *Alkalmazott Pszichológia* 14:3 (2014) 33–58.
- MARKUS – WURF 1987 = Markus, H. – Wurf, E.: The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual review of psychology* 38:1 (1987) 299–337.



- MUSSWEILER – GABRIEL – BODENHAUSEN 2000 = Mussweiler, T. – Gabriel, S. – Bodenhausen, G. V.: Shifting social identities as a strategy for deflecting threatening social comparisons. *Journal of Personality and Social Psychology* 79 (2000) 398–409.
- OROSZ – SZUKICS 2012 = Orosz G. – Szukics N.: A társas összehasonlítás egyéni különbségei. *Pszichológia* 32:4 (2012) 361–378.
- PATAKI 2002 = Pataki F.: Identitás – személyiség – társadalom. In: Lengyel Zs. (szerk.): *Szociálpszichológia: szöveggyűjtemény*. Budapest : Osiris Kiadó, 2002, 511–523.
- RUBIN – HEWSTONE 1998 = Rubin, M. – Hewstone, M.: Social identity theory's self esteem hypothesis: A review and some suggestions for clarification. *Personality and Social Psychology Review* 2 (1998) 40–62.
- SERDÜLT 2015 = Serdült S.: Lenni és lehetni: Az identitás és az inkluzív kiválóság kapcsolata. In: Arató F. – Varga A. (szerk.): *Befogadó Egyetem: Az akadémiai kiválóság fejlesztése az inklúzió szempontjainak érvényesítésével*. [Autonómia és Felelősség Tanulmánykötetek III.], Pécs : Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Neveléstudományi Intézet, 2015, 61–74.
- SMITH – MACKIE – CLAYPOOL 2016 = Smith, E. R. – Mackie, D. M. – Claypool, H. M.: *Szociálpszichológia*. Budapest : ELTE Eötvös Kiadó, 2016.
- SPEARS – DOOSJE – ELLEMERS 1997 = Spears, R. – Doosje, B. – Ellemers, N.: Ingroup stereotyping in the face of threats to group status and distinctiveness: The role of group identification. *Personality and Social Psychology Bulletin* 23 (1997) 538–553.
- TAJFEL 1981 = Tajfel, H.: *Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology*. Cambridge : Cambridge University Press, 1981.
- TAJFEL – BILLIG – BUNDY – FLAMENT 1971 = Tajfel, H. – Billig, M. G. – Bundy, R. P. – Flament, C.: Social categorization and intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology* 1:2 (1971) 149–178.
- TESSER 1988 = Tesser, A.: Toward a Self-Evaluation Maintenance Model of Social Behavior. *Advances in Experimental Social Psychology* 21 (1988) 181–227.
- VOCI 2006 = Voci, A.: The link between identification and in-group favouritism: Effects of threat to social identity and trust-related emotions. *British Journal of Social Psychology* 45 (2006) 265–284.
- WILLS 1981 = Wills, T. A.: Downward comparison principles in social psychology. *Psychological bulletin* 90:2 (1981) 245–271.

## **Effects of threatened identity on self-esteem: The strategy of social comparison**

GÁBOR MAKOVICS

Characteristics of the social milieu can have a great influence on our identity, our concept of self and our self-esteem. The frequency of comparing us to others and the people who we compare ourselves with also has a role in this relationship. This effect can be seen in such a situation, where we define ourselves as a member of a group, and another group appears – social comparison works on the intergroup and on the individual level as well.

The aim of this research was to examine the effects of an imagined intergroup situation on the self-esteem, where the differences of the groups were salient. Social comparison was interpreted as a coping-mechanism to the state of threatened identity. Data of 82 volunteers (55 women and 27 men) were tested in this study. The volunteers were asked to fill the Hungarian version of the Iowa-Hollandia Comparison Orientation Measure (INCOM) and the State Self-Esteem Scale twice, and they read a text about a group situation.

According to the main results of this study: (1) There is a moderately strong negative correlation between the level of self-esteem and the frequency of social comparison as a strategy. (2) There is no significant difference in the state self-esteem among people, who compare themselves frequently to others, before and after reading the text about the other, praised group. Based on these experiences, we can say, that social comparison has a remarkable role in the development of self-esteem, but it is not the only factor, that is shaping our self-esteem in a group situation. It is also not the only strategy we can use to cope with the state of threatened identity.

Novelty of the research is that it interprets social comparison as a long-term strategy and it emphasizes the investigation of the changes of self-esteem in a group situation. Practical benefits are related to the analysis and development of evaluation techniques in group situations (e.g. in schools, in the workplace or in sports).